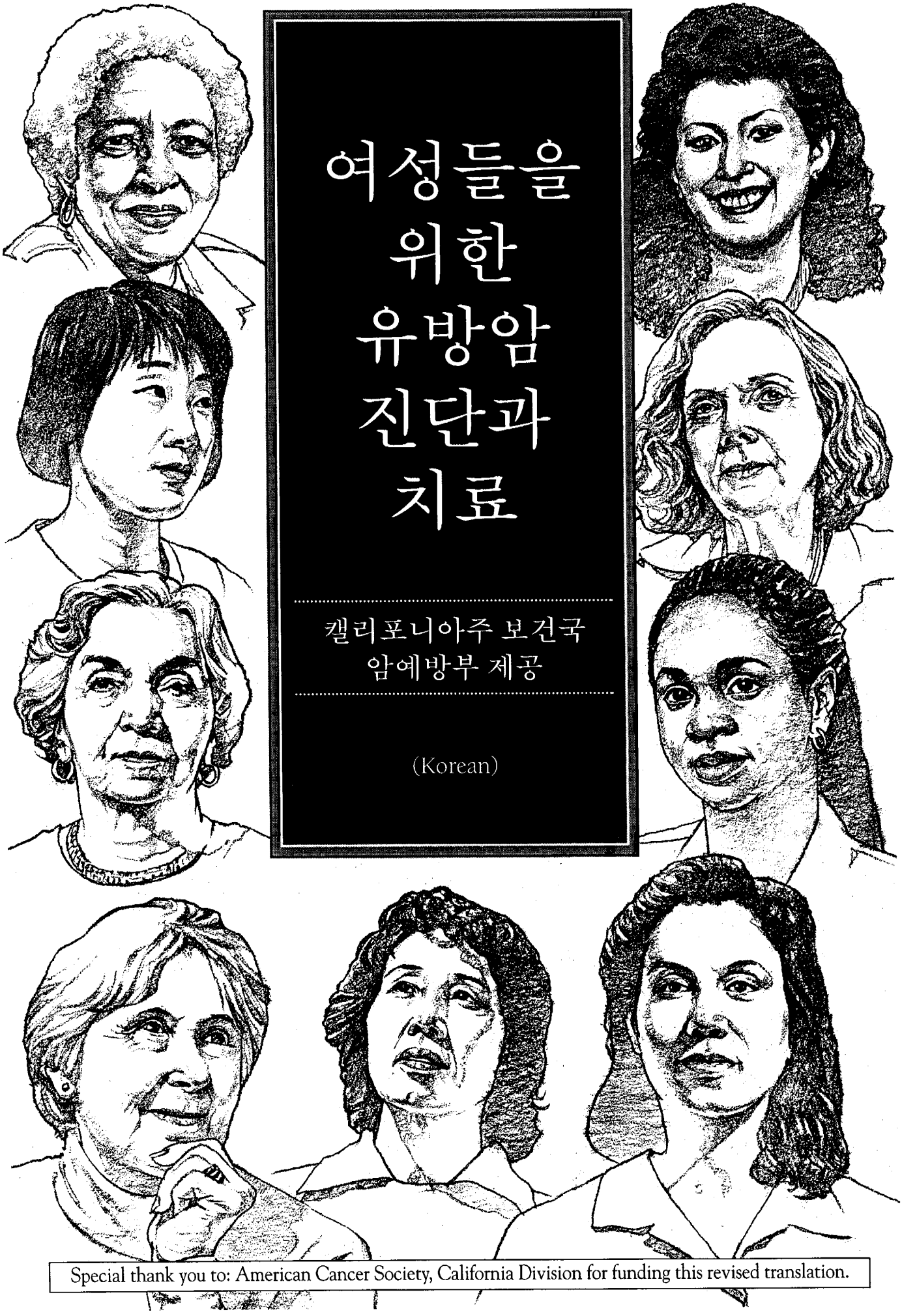


Special thank you to: American Cancer Society, California Division for funding this revised translation.

목차

1 개요 1

2 유방 생검(조직 검사) 2

3 결정하기 5

4 유방암에 관하여
- 원인이 무엇인가? 6
- 어떤 사람이 잘 걸리나? 6
- 유방암 기(期) 7
- 생존 기간 9
- 재발 위험인자 9
- 발생 부위 "암" 10
- 치료 팀 11

5 치료 옵션
- 외과적 수술 12
- 방사선 요법 16
- 화학 요법 및 호르몬 요법 17
- 유방 재건수술 20

6 정신적 치유 23

7 그 밖의 정보
- 임상 실험 25
- 알아둬야 할 용어 26
- 도움을 주는 곳 28

1 개요

캘리포니아주는 환자들이 유방 조직 생검을 하거나 유방암으로 판명되었을 때 이 책자를 건네주도록 규정하고 있습니다.

유방암 진단을 받은 환자는 많은 느낌이 교차되면서 걱정되고 불안할 것입니다. 어쩌면 충격 상태에 있을 수도 있고 외로운 감정도 갖고 있을 것입니다. 일에 집중하기가 어려울 것입니다. 이러한 반응들은 모두 정상입니다.

이 책자가 당신에게 귀중한 가이드가 되기를 바랍니다. 이 책자는 치료팀과 의사결정을 할 때 환자에게 좋은 동반자가 될 것입니다. 아래 요령을 숙지하면 이 책자를 이용하는데 도움이 될 것입니다.

- 필요한 부분을 집중해서 읽으십시오. 예를 들어 생검(조직검사)를 받게 되면, 유방 생검 섹션을 읽으십시오. 유방에 종양이 있다고 해서 모두 암이 아니라는 사실을 알게 되면 안도가 되실 것입니다.
- 이미 유방암 진단을 받았으면, 친구나 의료 팀원 중 한 사람에게 이 책자를 함께 읽어달라고 부탁하십시오. 또는 상대방에게 책자를 읽어 보도록 한 다음 당신이 준비되었을 때 함께 토론하십시오.
- 생검이나 치료를 할 때 의사가 사용하는 용어들을 이 책자에서도 사용했습니다. 그 용어들이 어떤 뜻인지 알게 되면 치료 과정을 좀 더 이해하게 되고 더 나은 결정을 하실 수 있을 것입니다. 모든 여성들에게 모두 통용되는 "옳은" 치료법은 없다는 점을 기억해 두십시오.
- 검진과 치료 과정을 거치면서 의사와 상담하기 전에 질문들을 미리 준비하시면 도움이 될 것입니다. 이 책자에는 질문의 예들을 미리 실었습니다. (또는 의사가 주는 정보를 녹음해도 도움이 될 것입니다. 때문에, 의사와 예약을 할 때 친구나 가족과 함께 가는 것이 도움이 될 것입니다.)
- 가장 중요한 점은, 잘 못알아 들으면 반복해서 설명해달라고 부탁하고 질문을 하십시오. 유방 치료에 있어서 "바보같은" 질문이란 있을 수 없습니다.
- 더 자세한 정보가 필요하시면(영어 또는 스페인어), 미국 암연구소 핫라인에 전화하십시오.

1-800-4-CANCER

2 유방 생검(조직 검사)

유방에서 멍울이 발견되거나 그밖에 변화가 있으면 우선 그것이 무엇인지 알아내는 것이 중요합니다. 당연히 놀라겠지만 암이라고 단정지을 수 는 없습니다:

- 대부분의 여성은 유방에 멍울이 가끔 생기는 경우가 있습니다.
- 대부분의 멍울은 암이 아닙니다. 실제로 10개중 8개는 무해한 멍울입니다.
- 그 멍울이나 그밖에 변화가 암이 아닌가 확인하기 위해서는 멍울의 조직을 떼어 내어 검사를 할 필요가 있습니다(생검). 진단은 병리 전문의가 합니다. 이 전문의는 세포를 현미경으로 관찰하여 과연 정상인가 아니면 암인가를 결정합니다.

멍울이 집힐 때

유방에서 멍울이 집히면 아래 생검들 중 하나를 받게 될 것입니다.

세침흡인세포검사(Fine Needle Aspiration)

침을 멍우리 안에 찔러 넣습니다. 분비물이 나오면서 멍울이 사라지면 그 멍울은 낭종이며 보통은 암이 아닙니다.

- **장점:** 검사할 때 상처나 외과적 수술을 피할 수 있습니다. 암이 발견되면 그 때 치료 플랜을 시작하면 됩니다.
- **단점:** 침이 만약 정상 세포만을 제거하고 멍울이 사라지지 않는다면, 다른 검사들을 하여 그 멍울이 암이 아닌가 확인해야 합니다.

심부 유방 생검(Core Biopsy)

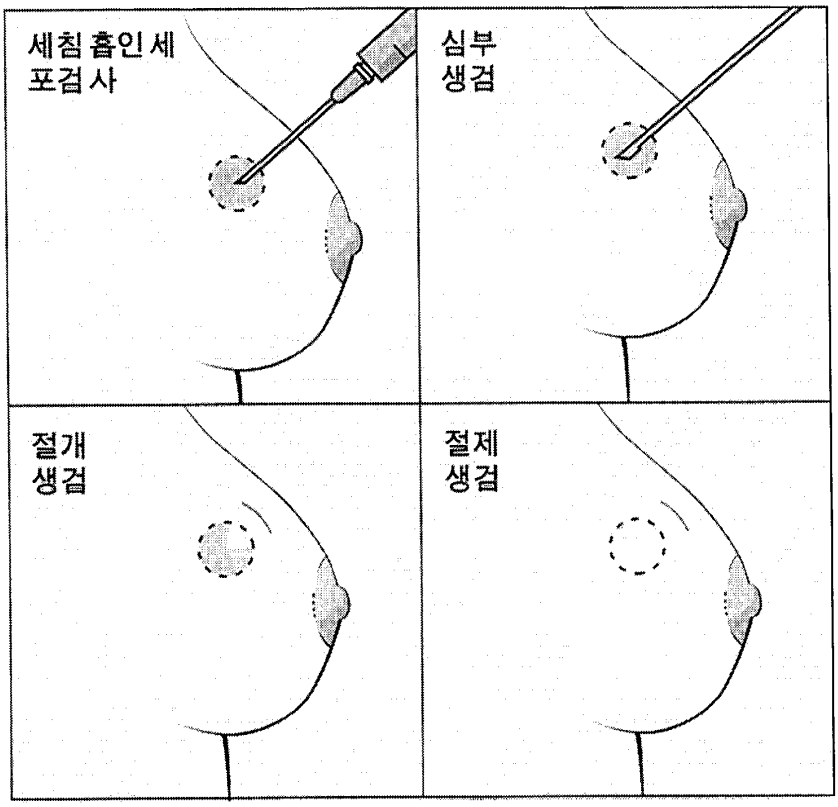
좀 더 큰 침을 찔러 멍울에서 작은 세포를 떼어 냅니다.

- 장점: 상처가 거의 안보입니다. 멍울이 비록 암 세포일지라도 수술에서 오는 스트레스를 피할 수 있습니다.
- 단점: 생검 결과 암 세포라가 판명되면, 유방에 남아있는 암 세포를 제거하기 하기 위하여 수술을 또 해야 합니다. 생검 결과 암 세포가 아니라고 판명되더라도 유방에 남아있는 나머지 세포에 암 세포가 있는지 확인하기 위하여 외과적 생검을 해야 할 경우가 있습니다.

외과적 유방 생검(Surgical Biopsies)

절개 생검(incisional biopsy)은 멍울의 일부만 제거합니다. 반면에 절제 생검 (excisional biopsy)은 종양을 완전히 도려냅니다.

이 검사를 하면 유방에 흉터가 남게 되고 아무는데 시간이 오래 걸릴 것입니다. 또한 이 검사를 하고 나면 유방의 모양이나 크기에 변화가 있을 수 있습니다.



마취

- 멍울이 작고 피부 표면에 가까우면 검사를 할 때 국소 마취만 받게 될 것입니다. 마취제는 주사로 주입됩니다. 정신은 깨어있지만 통증을 느끼지 않습니다. 통증을 줄이고 환자를 편안하게 하기 위하여 팔에다 주사를 놓는 경우도 있습니다.
- 전신 마취를 받게 되면, 마취제를 흡인 후 의식을 완전히 잃게 됩니다. 수술 중에 통증을 느끼지 못할 것입니다. 일반적으로 가스형태의 마취제를 숨으로 들이마십니다. 종양이 크거나, 종양이 유방 깊숙이 있을 때 또는 환자가 수술 중에 깨어있기를 원하지 않으면 전신 마취를 하게 됩니다.

"멍울"이 촬영에 나타나지만 만져지지 않을 때

경우에 따라서 손으로 집히지는 않지만 촬영에 멍울이 나타나는 경우가 있습니다. 이러한 사진들은 일반적으로 **유방촬영술(mammorgraphy)** (X-선의 일종) 또는 **초음파**로 찍습니다. 초음파는 무해한 음파를 유방 안에 통과시켜 사진을 찍는 방법입니다. 이런 경우에는 다음과 같은 검사를 할 수 있습니다.

침 국소 생검(Needle Localization Biopsy)

유방촬영술이나 초음파를 이용하여 침이나 얇은 철사로 국소를 찌릅니다. 그 부분을 외과적 생검으로 제거합니다. 생검 부위의 두번째 사진을 후에 찍어서 의심되는 부분이 완전히 제거되었는가 확인해야 합니다.

입체 침 생검(Stereotactic Needle Biopsy)

최근에 소개된 검사 방법으로서 의심되는 부분을 입체 유방촬영술로 집어냅니다. 컴퓨터가 정확한 부위를 집어내면 침이나 큼직한 심부 침을 이용하여 의사가 조직 샘플을 잘라내어 병리 검사를 받습니다.

의사에게 물어보십시오

- 생검을 해야 되는가? 이유는?
- 어떤 종류의 생검을 권하는가? 이유는?
- 얼마나 빨리 결과를 알 수 있을까?
- 생검 후에 그리고 상처가 아문 후에 어떤 흉터가 남을까?
- 국소 마취가 좋은가 전신 마취가 좋은가? 각 방법의 장단점은?

생검 결과 **음성(negative)**이면, 환자의 치료는 종결됩니다. 하지만 앞으로 유방을 정기적으로 진단하여 변화가 없는가 관찰해야 합니다.

결과가 **양성(positive)**이면 암 세포라는 의미이며, 환자는 치료 방법을 결정해야 합니다. 다음 페이지들에 소개한 내용은 이러한 옵션을 이해하는 데 도움이 될 것입니다.

이 과정을 거칠 때 항상 도와드리는 분들이 있다는 점을 잊지 마십시오.

3 결정하기

과거에는 의사들은 유방 조직을 생검 한 후 암이 발견되면 그 자리에서 유방을 제거하는 것이 가장 좋은 방법이라고 믿었습니다. 따라서 여성들은 유방 생검을 하기 위하여 병원에 들어갔다가 유방이 절제되어 깨어나는 경우가 많았습니다. 하지만 오늘날에는 다릅니다.

연구에 의하면 생검 후 몇 주가 지난 후에 치료를 시작하는 것이 안전하다고 합니다. 이 두 단계 절차의 장점은:

- 환자가 더 많은 정보를 얻을 수 있고 생각해 볼 수 있습니다.
- 다른 의견도 얻을 수 있습니다.
- 1-800-4-CANCER에 전화하거나 여러 암단체에 연락하여 정보를 얻고 환자 동아리를 찾을 수 있습니다.
- 유방암 치료를 받은 다른 환자들과 얘기할 기회가 있습니다
- 유방 조직을 충분히 검사하고 필요하면 신체 다른 부분도 검사할 기회가 있습니다.
- 환자 자신이나 가족이 수술 준비를 할 마음의 준비를 할 수 있습니다.

4 유방암에 관하여

원인이 무엇인가?

왜 어떤 여성은 유방암에 걸리고 어떤 여성은 안 걸리는지 그 원인이 확실히 규명되지 않았습니다. 현재 알려진바로는:

- 유방암에 걸렸다고 자책감을 느낄 필요가 없습니다. 암을 유발할 만한 어떠한 잘못도 당신은 저지르지 않았습니다.
- 유방암은 다른 사람으로부터 옮기는 것이 절대로 아닙니다.
- 유방암은 스트레스나 유방의 상처로 발병되지 않습니다.
- 유방암에 걸린 대부분의 여성들은 위험인자를 갖고 있지 않으며, 가족 중에 유방암 병력이 없습니다.
- 나이를 먹으면 유방암에 걸릴 확률이 증가합니다. 40세부터 시작하여 80세까지 확률이 증가됩니다.

어떤 사람이 잘 걸리나?

유방암이란 오늘날 여성들이 가장 잘 걸리는 암입니다. 심지어는 남성들도 걸리는 수가 있습니다.

- 캘리포니아에서만, 매년 2만명 이상의 여성들이 유방암에 걸리고 있습니다.
- 미국에서, 거의 20만명의 여성들이 매년 유방암에 걸리고 있습니다.
- 모든 연령그룹과 인종의 여성이 걸립니다: 백인은 9명중 1명, 흑인은 11명중 1명, 히스패닉과 아시안은 20명중 1명이 유방암에 걸립니다.

유방암을 조기 발견하면 더 많은 치료 선택이 있습니다. 또한, 치료방법들도 바뀌었습니다. 오늘날, 유방암에 걸린 여성들 중 많은 경우 유방을 절제할

필요가 없습니다. 비록 조기 발견을 못했어도 환자들은 치료 선택이 있습니다. 새로운 유방암 치료 방법들이 개발되고 있기 때문에 치료 방법에 대하여 알아두는 것이 더욱 중요해졌습니다. 전문가들의 도움을 받아 환자는 자신의 치료 방법을 선택하는 데 중요한 역할을 할 수 있습니다.

유방암 기(期)

유방암은 매우 복잡한 질병입니다. 따라서 모든 환자들에게 적용되는 공통된 치료 방법은 없습니다. 환자의 암은 5개 단계 중 하나에 속하게 됩니다. 다음 페이지에 소개된 차트는 각 단계를 설명합니다. 당신의 암이 어떤 기(期)에 속하는지 그리고 어떤 치료 방법이 좋은지는 다음 요인에 의존합니다:

- 멍울이 얼마나 작은지 또는 큰지 그리고 유방 어디에 있는지
- 암이 겨드랑이 림프절에서 발견되었는지
- 암이 몸의 다른 부분에서도 발견되었는지

아래 의학 용어들은 암의 단계를 이해하는데 도움이 될 것입니다.

- **양성(benign)**이라는 말은 멍울이나 다른 이상이 암이 아니라는 의미입니다.
- **악성(malignant)**이라는 말은 조직에 암 세포가 있다는 의미입니다.
- **발생 부위(in situ) 또는 비침윤성(noninvasive)** 암이라는 말은 아주 초기 단계 또는 전암 상태이며 암이 유방 밖으로, 겨드랑이 림프절 또는 신체의 다른 부분으로 퍼지지 않았다는 의미입니다. 이런 종류의 세포는 아직 유방의 유관이나 소엽에만 제한되었습니다.
- **침윤성(invasive)** 암은 유방의 주위의 세포에 퍼졌으며 신체의 다른 부위, 즉, 뼈나, 허파, 간, 또는 뇌로 퍼졌다는 의미입니다. 모든 유방암은 발생 부위 암을 제외하고는 모든 침윤성입니다.
- **전이된 암(metastasized cancer)**은 이미 몸 다른 부위 즉, 뼈, 허파, 간 또는 뇌에 퍼졌다는 의미입니다.

유방암 진행 기(期)

제 0 기(期)

■ 아주 초기의 유방암 또는 침윤전의 암. 이런 종류의 암은 유방 밖으로 퍼지지 않았다(발생 부위 또는 비침윤성 암이라고 함).

제 1 기(期)

■ 종양이 2cm(1인치*) 미만. 암 세포가 겨드랑이 림프절이나 유방 밖에서 발견되지 않았다.

제 2 기(期)

■ 종양이 2cm(1인치) 미만. 암 세포가 겨드랑이 림프절에서 발견되었다.

또는

■ 종양이 2-5cm(1-2인치). 암 세포가 겨드랑이 림프절에서 발견 또는 발견되지 않았다.

또는

■ 종량이 5cm(2인치) 이상. 암 세포가 겨드랑이 림프절에서 발견되었다.

제 3 기(期)

■ 종양이 5cm(2인치) 미만. 또한 림프절에 암 세포가 함께 붙어있다.

또는

■ 종양이 5cm(2인치) 이상. 또는, 암 세포가 가슴벽, 늑골, 근육을 포함하여 유방의 다른 부위들에 붙어있다.

또는

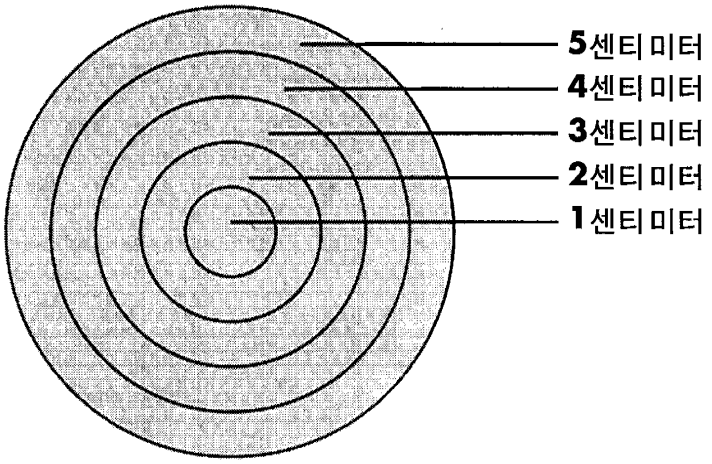
■ 염증성 유방암. 이런 경우, 유방 피부가 선홍색이고 부어있다.

제 4 기(期)

■ 종양이 뼈, 허파, 간, 또는 뇌 등의 다른 부위로 퍼졌다.

* Cm는 센티미터. 1인치는 2.5cm. 위에 표시한 인치는 정확한 수치는 아닙니다.

종양 크기



1인치는 2.5센티미터.

생존율

암을 조기 발견하면 5년 생존율은 매우 높습니다. 제 0기의 여성들은 대부분은 정상적인 수명을 누립니다. 제 1기 암이 1cm 보다 작으면 자그마치 95%는 5년 생존율에 속합니다. 비록 제 2기 암일지라도 5년 생존율은 거의 70%가 됩니다.

재발의 위험 인자

어떤 여성들은 유방암이 퍼지거나 재발할 위험이 높습니다. 이 재발 위험 인자들은 매우 복합적이라는 점을 기억하십시오. 이 위험인자들은 절대적인 기준이 아닙니다. 그 인자들은:

- **종양 크기.** 종양이 크면 클수록 위험율이 높습니다.
- **임파절.** 겨드랑이에 암 세포가 있는 림프절이 많으면 많을수록 위험율이 높습니다.
- **세포 연구.** 새로운 검사 방법으로 암 세포의 성장율과 그 공격성을 측정할 수 있습니다. 가장 신속한 성장율을 보이는 암 세포는 더 높은 재발율을 갖고 있습니다.

의사에게 물어보십시오

- 나는 현재 어떤 기(期)에 와있는가?
- 전문 암센터에서 치료받아야 할 암인가?
- 발생부위 "암" 진단에 경험이 있는 병리 전문의가 슬라이드를 판독할 것인가?
- 발생부위 "암"의 경우, 생검 슬라이드를 재판독할 필요가 있는가? 왜 그래야 하는가 또는 왜 그럴 필요가 없는가?
- 내 유방의 암이 유방 밖으로 퍼져나갈 확률은?

발생 부위 "암"

X-선 유방촬영술(mammography)의 발전으로 아주 미세한 세포의 성장도 발견되어 유방암의 위험을 최소로 감소시키고 있습니다. 이러한 세포의 성장을 상피내암(carcinoma in situ) 또는 비침윤성 암이라고 부릅니다. 오늘날 15%에서 20%의 유방암은 바로 이 범주에 속합니다. 두 가지 종류가 있습니다:

- **관내암종(ductal carcinoma in situ)**은 비침윤성으로서 암 세포가 유방의 유관에만 제한되었다는 의미입니다. 즉, 유방 밖으로 겨드랑이 림프절이나 다른 신체 부위로 퍼지지 않았다는 의미입니다. 하지만, 관내암종도 몇 가지 종류가 있습니다. 이러한 암 세포를 제거하지 않으면 어떤 종류들은 시간이 가면서 침윤성 암으로 발전할 수 있습니다. 어떤 종류는 절대로 침윤성으로 발전하지 않습니다.
- **소엽암종(lobular carcinoma in situ)**은 비침윤성으로서 유방의 소엽에만 제한되었습니다. 미국 암연구소에 의하면 이 종양은 암이 아니고 암으로 발전될 위험이 높다는 경고일 뿐입니다. 이런 종양을 가진 여성들이 양 쪽 유방 중 하나에 침윤성 유방암을 갖게 될 위험이 매년 1%식 증가한다고 합니다. 20년 후에는 그 위험율이 18%입니다.

올바른 진단을 받기 위해서는 경험 많은 병리 전문의가 슬라이드를 판독해야 합니다. 판독에 불만족하면 슬라이드를 다른 전문의에게 의뢰하여 재판독을 한 것을 미국 암연구소는 권합니다. 대학 병원이나 암센터, 이차 의견 서비스 또는 워싱톤 D.C.에 있는 미군 병리연구소에 슬라이드 재판독을 의뢰할 수 있습니다. 정확한 진단이 까다로운 경우가 많기 때문에 이차 의견은 중요합니다. 치료법으로는 면밀한 사후 관찰에서부터 암 세포가 있는 부분만 절제 또는 양쪽 유방을 모두 절제 등이 있습니다.

발생 부위 "암"에 대한 더 자세한 정보는:

- 의사에게 문의
- 1-800-4-CANCER에 전화(미국 암연구소 핫라인).

치료 팀

멍울에 암 세포가 있다고 판정받았으면, 의료 전문 팀이 필요합니다. 의사 한 사람이 모든 치료를 할 수 없습니다. 팀은 다음과 같은 의료 전문가들로 구성됩니다:

- **마취 전문의:** 수술 도중에 마취를 담당하는 의사.
- **임상 간호 전문의:** 환자들의 질문에 답하고 정보를 제공하며 지원을 해주는 특수 교육을 받은 간호사.
- **종양 전문의:** 화학 요법이나 호르몬 요법으로 암을 치료하는 의사.
- **병리 전문의:** 세포나 조직을 현미경으로 검사하여 암의 존재를 확인하는 의사.
- **물리 치료사:** 수술 후 환자의 팔이나 어깨를 운동시켜서 원래 기능을 회복시켜 주는 치료사.
- **성형외과 전문의:** 유방 절제 후 재건 수술을 해주는 의사.
- **방사선 종양 전문의:** 방사선 요법으로 암을 치료하는 의사.
- **방사선 전문의:** 유방촬영 결과를 판독하고 X-선이나 초음파등의 다른 검사를 수행하는 의사.
- **소셜 워커:** 환자의 정신적 또는 물리적 안정을 돕는 전문가.
- **외과 의사:** 생검을 시술하거고 그 밖의 종양이나 유방 절제 수술을 하는 의사.

이차 의견

이차 의견은 환자들의 권리며 오늘날 자주 시행되고 있습니다. 아래와 같은 경우 이차 의견을 받으십시오:

- 진단이나 치료법을 재확인하고 싶을 때
- 치료 방법에 대하여 의심이 있을 때
- 담당 의사가 미덥지 않을 때

이차 의견을 받으려면:

- 다른 병원이나 다른 치료 팀에 속하는 유방암 전문의를 소개시켜달라고 담당 의사에게 부탁하십시오.
- 미국 암연구소 핫라인에 전화하십시오. **1-800-4-CANCER**
- 지역 또는 전국 규모의 의료협회에 전화하십시오.
- 유방암 단체에 있는 여성이나 같은 경험을 가진 다른 여성들에게 물어보십시오.

5 치료 옵션

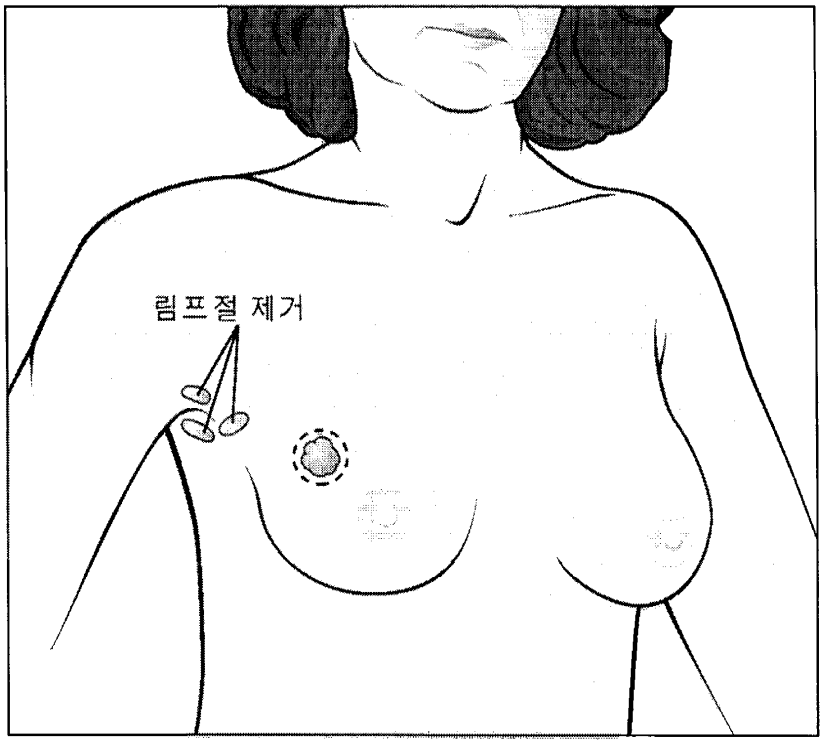
외과적 수술

오늘날 유방암이 있는 대부부의 여성들은 제 0기, 1기, 또는 2기입니다. 이들 중 많은 사람들은 오랜 수명을 유지할 것입니다. 이들 여성들의 대부분은:

- 종양 절제 수술과 방사선 요법 또는
- 유방 절제 수술을 받습니다.

연구에 의하면 위 수술 모두 동일한 장기 생존율을 갖고 있습니다. 하지만, 위 수술 중 어떤 것도 환자에게 재발하지 않을 것이라는 100% 보증은 없습니다. 어떤 치료를 선택하던, 환자는 사후 의료 관리와 함께 매월 유방 자가검진을 평생해야 합니다. 오늘날 가장 널리 시술되고 있는 유방 수술을 살펴보겠습니다:

종양 절제 수술



종양절제 수술의 경우 외과 의사가 암 세포 종양 자체와 종양 주위의 정상 세포 약간 그리고 겨드랑이 림프절을 잘라냅니다. 이 시술은 유방을 가능한 그대로 보존하면서 암 세포만 완전 제거하도록 노력합니다. 종양절제 수술을 선택하는 환자들은 거의 대부분 방사선 요법도 함께 받습니다. 방사선은 나머지 유방 세포에 암이 재발하는 위험을 감소해줍니다.

부작용: 감염 위험, 상처가 잘 아물지 않거나, 출혈, 그밖에 수술 중 사용한 약의 부작용(마취제) 등이 종양절제 수술을 포함한 모든 외과 수술에서 주 위험입니다. 이 수술을 받은 후에 유방의 모양이 변형될 수 있습니다.

유방절제 수술

유방절제 수술 -과거에는 유방암에 걸린 유방을 전체 도려내는 것이 유일한 치료방법이었습니다. 오늘날, 유방절제 수술을 받는 환자들은 아래 둘 중의 하나를 택합니다:

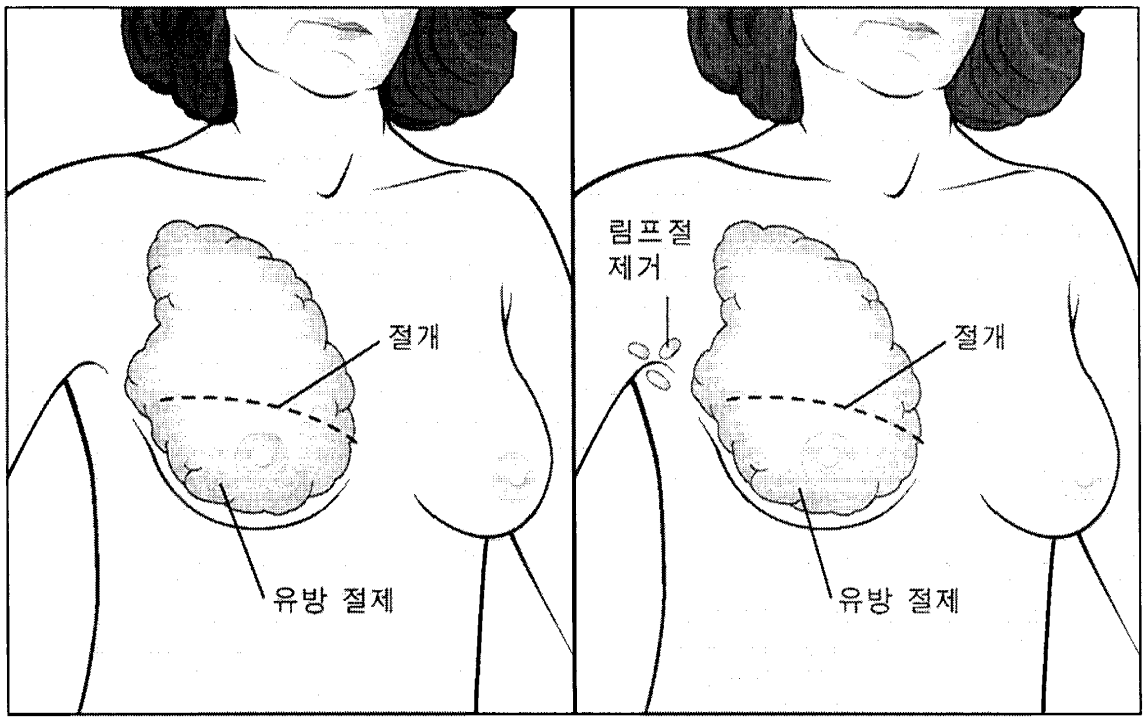
- **완전 절제 수술(Total Mastectomy).** 유두와 근막 일부를 포함하여 유방 세포를 가능한 완전히 제거합니다. 겨드랑이 림프절은 잘라내지 않습니다.
- **변형 근치 유방 절제 수술(Modified Radical Mastectomy).** 유두와 근막, 그리고 겨드랑이 림프절을 포함하여 유방 세포를 가능한 모두 제거합니다.

유방절제 수술은 다음의 경우에 합니다:

- 암 세포가 유방 전체에서 발견되었다.
- 유방이 작기 때문에 암 세포를 모두 도려낼 경우 유방 조직이 별로 남는 게 없거나 유방이 어차피 흉해진다.
- 환자가 방사선 요법을 원하지 않는다.

의사에게 물어보십시오

- 상처가 얼마나 크게 날 것인가? 어디에?
- 유방 세포를 얼마나 절제할 것인가?
- 국소 마취인가 아니면 전신 마취인가?
- 방사선 요법이나 화학요법을 받을 필요가 있는가? 이유는" 언제 시작해야 하나?



유방 완전 절제 수술　　변형 근치 유방 절제 수술

부작용: 감염, 흉터가 잘 아물지 않는다, 약 부작용, 피부 주위에 분비물이 축적될 수 있습니다.

유방 절제 수술 후에 환자는 다음과 같은 선택이 있습니다:

- 브라자에 맞는 유방 보형물을 착용할 수 있습니다. 유방 보형물을 맞추고 취급하는 전문점들을 찾으려면, 의사나 간호사, 미국암협회 자원 봉사자, 유방암 단체, 또는 유방암 수술을 한 다른 환자들에게 물어보십시오.
- 성형외과 전문의가 유방 재건 수술을 할 수 있습니다.
- 그냥 놔둘 수도 있습니다.

캘리포니아주 의료보험은 보형물이나 유방 재건 수술비를 지급하도록 규정되어 있습니다. 어디서 보형물을 구입하고 또는 어디서 유방 재건 수술을 받는지에는 제한이 있을 수 있습니다. 자세한 내용은 보험회사에 문의하십시오.

림프절 제거

종양 절제 수술을 하던 유방절제 수술을 하던 관계없이 의사는 겨드랑이의 림프절을 제거할 것입니다. 이 절차(보조 임프절 절개)는 유방 수술을 할 때 동시에 시술되는 경우가 대부분입니다. 암이 림프절에서 발견되었으면, 의사는 추가 치료법에 대하여 말해 줄 것입니다. 이 추가 요법들은 당신의 몸 다른 부위에 있는 암 세포들을 제어하고 죽이기 위한 요법들입니다 (16-19 페이지 참조).

장점: 당신의 암이 어떤 기(期)에 와 있는지 알 수 있습니다.

부작용: 팔이 뻣뻣해지고, 겨드랑이가 저리고, 팔이 부어 오릅니다. 물리 치료를 하면 팔 기능을 회복하는데 도움이 됩니다.

림프부종(lymphedema). 겨드랑이 림프절은 유방과 팔에서 나오는 림프 분비액을 여과합니다. 방사선 요법이나 외과 수술을 받으면 정상적인 배수 작용에 영향을 줄 수 있습니다. 결과적으로 림프부종이라고 부르는 팔이 붓는 현상이 생깁니다. 이 문제는 수술 바로 후에 또는 수술 후 몇 개월부터 몇 년 후에 생길 수 있습니다. 환자들의 5% 내지 20%는 이런 문제를 경험합니다.

림프부종 치료는 그 문제의 심각성에 따라 다릅니다. 그 방법으로는 탄력적 슬리브, 팔 펌프, 팔 마사지, 그리고 팔 붕대가 있습니다. 운동과 식이도 중요합니다. 이런 문제가 발생하면, 곧 의사와 상담한 다음 물리 치료사를 보십시오. 요즈음 많은 병원들과 유방 클리닉이 이 문제의 도움을 줍니다.

팔 보호하기

림프부종을 방지하고 치료 후 팔을 보호하려면:

- 팔이나 손이 햇볕에 타거나 화상을 입지않도록 하십시오.
- 다른 팔에 주사(화학 요법 포함)를 맞고 혈압 검사를 하십시오.
- 겨드랑이 털을 면도할 때 전기 면도기를 사용하십시오.
- 무거운 가방이나 핸드백은 다른 팔이나 어깨에 걸치도록 하십시오.
- 상처가 나오면 즉시 닦아내고, 소독약을 바른 다음, 반창고를 붙이십시오. 혹시 감염이 된 것 같으면 의사에게 보이십시오.
- 정원을 가꿀 때 또는 강한 세제를 사용할 때 반드시 장갑을 끼고 하십시오.
- 상처난 팔에 꼭 끼는 팔찌나 팔이 꼭 끼는 블라우스나 잠옷을 입지 마십시오.

방사선 요법

대부분의 경우, 종양절제 수술 후 방사선 요법이 뒤따릅니다. 높은 에너지 방사선으로 유방 세포에 아직 남아있을 수 있는 암 세포를 죽이는 요법입니다.

일반 방사선 요법에서, 기계에서 방사선이 나와 유방과 경우에 따라서 겨드랑이 림프절을 쪼입니다. 방사선 요법은 일반적으로 1주에 5일씩 받으며 기간은 5-6주 정도 걸립니다. 어떤 때는 암 세포가 발견된 부위에는 더 높은 강도의 방사선을 쪼입니다.

치료 계획 과정에서 당신의 가슴 부위에 치료할 부분을 잉크로 표시할 것입니다. 이 표시는 치료 과정 내내 피부에 남아 있어야 합니다. 바로 이 표시 한 부위에 방사선이 노출되기 때문입니다.

부작용: 부작용으로는 보통 때보다 피곤함을 더 느끼며 피부가 가렵거나, 빨갛게 되거나, 아프거나, 껍질이 베껴지거나, 검게 되거나, 또는 유방이 번들거립니다. 유방에 방사선을 쪼인다고 해서 탈모가 되거나, 멀미가 나거나, 설사가 유발되지 않습니다. 장기적인 변화가 있다면, 방사선 치료를 한 유방의 모양이나 색깔이 약간 바뀌거나, 정맥혈관이 생기거나, 유방이 더 무겁게 느껴질 것입니다.

방사선 치료에 관한 몇 가지 도움말

- 치료실에는 혼자 들어가지만 방사선 치료사가 TV 화면을 통하여 환자의 말을 들을 수있고 볼 수 있습니다.
- 치료는 2분정도 걸립니다. 통증이나 느낌이 전혀없습니다.
- 방사선은 작은 부위에만 쪼입니다 - 오직 치료부위에 집중
- 치료중이나 후에 방사선에 감염되지 않습니다.
- 치료중에도 치료전과 마찬가지로 다른 사람을 껴안고, 키스하고 섹스도 할 수 있습니다.

유방절제 수술 후 방사선 치료

유방절제 수술 후에도 방사선 요법을 권장하는 수가 있습니다. 그러한 경우는:

- 종양 크기가 5cm(2인치) 이상일 때
- 암이 여러 겨드랑이 림프절에서 발견되었을 때
- 종양이 흉곽이나 가슴 벽에 가까울 때

화학 요법 및 호르몬 요법

연구에 의하면 종양이 비록 작더라도 암 세포가 유방 밖으로 퍼질 수 있다고 합니다. 대부분의 암 세포는 몸 안의 면역 시스템에 의하여 자연히 죽습니다. 암 세포가 커져서 눈에 보일 정도라면 몸 안의 면역 시스템이 암을 퇴치하는데 역부족이기 때문에 도움이 필요하다는 증거입니다.

암 세포를 죽이는데 그밖에 다른 두 가지 요법이 필요합니다. 즉, **화학 요법(chemotherapy)**과 **호르몬 요법(hormone therapy)**입니다. 오늘 날 이 요법들은 개인에 따라 선별 적용되고 있습니다. 연령, 아직 생리를 하는지 그리고 부작용을 감당할 각오가 있는지가 그 선별 요인입니다. 이 요법들은 다음과 같은 경우에 이용됩니다:

- 유방암 진단을 최근에 받은 환자들의 경우 암 재발을 예방하는 목적. 특히 몸 안의 다른 장기로 퍼질 위험이 클 경우입니다.
- 허파, 뼈, 간, 뇌, 또는 다른 부위에 암이 발견되었을 경우.
- 암이 한 번 이상 재발한 경험이 있는 환자들.

화학 요법

화학 요법에서 쓰이는 항암제는 몸 전체로 이동하며 또한 암 세포의 성장을 억제하거나 죽입니다. 대부분이 항암제는 주사 바늘(IV)을 정맥에 꽂아 혈관을 통해 주입됩니다. 치료 기간은 4개월에서 2년까지입니다. 어떤 항암제를 쓰는가는 암 진단을 받았을 때 그 기(期)에 따라 다르고 또한 암이 재발했는가 여부에 따라 다릅니다.

의사에게 물어보십시오

- 화학 요법을 받아야 하는가? 어떤 항암제를 권장하는가?
- 화학 요법의 혜택과 위험은 무엇인가?
- 나 같은 경우 화학 요법은 얼마나 효과가 있는가?
- 얼마동안 화학 요법을 받아야 하나?
- 화학 요법을 받는 동안 일할 수 있는가?
- 멀미같은 부작용을 어떻게 관리하는가?

멀미 관리

당장 토할 것같이 멀미가 나는 것은 화학 요법에서 흔한 부작용입니다. 멀미를 관리하는 방법은:

- 멀미가 덜 나는 새로 나온 항암제를 요구하십시오.
- 음식은 조금씩 자주 드십시오; 치료 3-4 시간 전에는 음식을 먹지 마십시오.
- 아이스케익이나, 젤리, 크림 오브 휘트, 오트밀, 구운 고구마, 또는 과실 주스를 물과 함께 드십시오.
- 음식을 오래 씹어 삼키고 편안한 마음으로 식사를 하십시오.
- 스트레스를 푸는 운동을 하십시오.

화학 요법은 주기로 시술됩니다. 한 번 치료를 받은 다음 몇 주 회복기간을 가진 다음 그 다음 치료를 합니다. 항암제는 의사 사무실이나 병원이나 클리닉의 외래환자실에서 주입됩니다.

부작용: 가장 흔한 부작용으로 고단하고, 멀미가 나고, 토하고, 설사가 나고, 변비가 되고, 체중이 줄고, 입안의 궤양, 그리고 목구멍이 아픕니다. 어떤 항암제는 일시적으로 탈모를 유발합니다. 하지만 머리는 치료 후에 또는 도중에 다시 자랄 것입니다.

요법을 시작하기 전에, 머리를 짧게 깍거나, 가발이나 모자를 사거나, 스카프 같은 것으로 요법을 받으러 다니는 중에 쓰고 다니는 것이 좋을 것입니다. 또한, 요법을 시작하기 전에 이빨 치료할 일이 있으면 미리 해두십시오. 치료 중에 이빨 치료를 받으면 감염 확률이 높기 때문에 해서는 안됩니다.

감염 예방. 화학 요법을 받는 동안 우리 몸은 면역이 약해 집니다. 따라서 다음과 같은 주의가 필요합니다:

- 사람들이 많거나, 감기나, 감염 또는 전염병을 갖고 있는 사람들로부터 멀리하십시오.
- 매일 목욕을 하고, 자주 손을 씻고, 구강도 청결하게 유지하십시오.
- 일을 할 때는 상처나 화상을 입지 않도록 장갑을 끼고 하십시오.
- 상처가 났을 때는 부위를 깨끗이 하고 반창고를 붙이십시오.
- 건강에 좋은 음식을 먹고 충분한 휴식을 취하십시오.

임신과 조기 폐경. 화학 요법 중에는 생리가 중단되거나 폐경이 일찍 오는 수가 있습니다. 하지만 아직 임신이 가능하기 때문에 임신 조절에 대하여 의사와 상담하십시오. 화학 요법이 태아에게 끼치는 영향은 잘 알려져 있지 않습니다. 요법이 끝난 후 임신 능력은 어떤 항암제를 주입했는가에 따라 다릅니다. 요법 후에 임신을 계획하고 있다면 요법을 시작하기 전에 의사와 상담하십시오.

호르몬 요법

암이 몸 안의 호르몬(에스트로겐 또는 프로게스테론)에 민감한지 알아보기 위하여 유방암 세포를 대상으로 주기적으로 실험이 시행됩니다. 실험 결과 암이 "양성이면" 이 호르몬들이 종양에 존재할 때 암 세포가 자랄 수 있다는 의미입니다. 몸 안에서 생성하는 호르몬들이 암 세포에 닿지 않도록 하기 위하여 환자들에게 **호르몬 차단제(hormone blocker:** 타모시펜이라고 부르는 약)를 투여하는 수가 있습니다. 이 약은 정제형으로 매일 복용합니다.

부작용: 전신 열감, 멀미, 질 출혈. 덜 자주 경험하는 부작용으로는 우울증, 질 가려움, 질 출혈이나 질 분비물, 식욕 감퇴, 두통, 체중 증가 등이 있습니다. 연구에 의하면 이 약을 먹는 환자들 가운데 난소암이나 혈병의 확률이 약간 높다고 합니다. 타모시펜을 복용할 때는 매년 골반 검사를 하고 의사에게 미리 알려야 합니다.

의사에게 물어보십시오

- 암이 재발할 확률이 큰가?
- 호르몬 요법이 되움이 되는가?
- 호르몬 요법의 부작용은 무엇인가?
- 부작용을 관리하는 방법은 무엇인가?
- 호르몬 요법을 얼마나 오래 해야 하는가?

알아둬야 할 사항

임플란트에 관한 의논 상대:

- 성형외과 의사
- 미국 암협회, **1-800-ACS-2345**
- 미국 암연구소 핫라인 **1-800-4-CANCER**
- 식품의약국 **1-800-532-4400**
- 유방 임플란트 그룹들과 그밖에 재건 수술을 받은 여성들

유방 재건 수술

유방 재건 수술 - 유방 재건 수술이란 암으로 유방을 잃은 여성들이 일반적으로 택하는 옵션입니다. 캘리포니아 주법은 유방을 한 쪽 절제했을 때 다른 한 쪽과 짝을 맞추기 위하여 유방 재건 수술을 할 경우 의료보험에서 비용을 지급하도록 규정하고 있습니다.

유방 재건 수술을 한다고 해서 잃은 유방을 찾는 것은 아닙니다. 재건한 유방은 원래 유방과 같은 자연적인 느낌은 없습니다. 하지만 유방과 흡사한 모양을 갖추게 됩니다.

유방 재건 수술을 고려하고 있다면 유방을 절제하기 *전에* 성형외과 의사와 미리 상담할 것을 권합니다. 그 방면에 경험있는 성형외과 의사를 소개해 달라고 의사에게 부탁하십시오. 유방 절제 수술을 할 때 아예 유방 재건 시술도 함께 하는 경우도 있습니다. 또는 몇 개월 아니면 몇 년 기다렸다가 하는 경우도 있습니다. 환자의 체형, 연령, 그리고 암 치료에 따라서 어떤 재건술이 가장 좋은지 결정됩니다.

임플란트로 재건 수술

임플란트란 실리콘(일종의 액체 플라스틱)이나 식염수(소금물)로 채운 플라스틱 주머니입니다. 가슴 근육 뒤를 도려내어 피부 안에 이 주머니를 삽입합니다.

실리콘 임플란트에 대하여 우려.

- 제조업체들과 최근의 연구에 의하면 실리콘으로 채운 임플란트는 안전하다고 보고하고 있습니다. 이러한 시술은 30년이란 경험에 바탕을 두었고 이미 1백만명의 여성이 이 시술을 받았기 때문에 안전하다고 합니다.
- 하지만, 일부 환자들은 임플란트 삽입 후 면역 시스템에 이상이 왔고(낭창, 피부 경화증, 류머티즘 같은) 그 밖의 부작용을 경험했다고 소송을 제기했습니다.

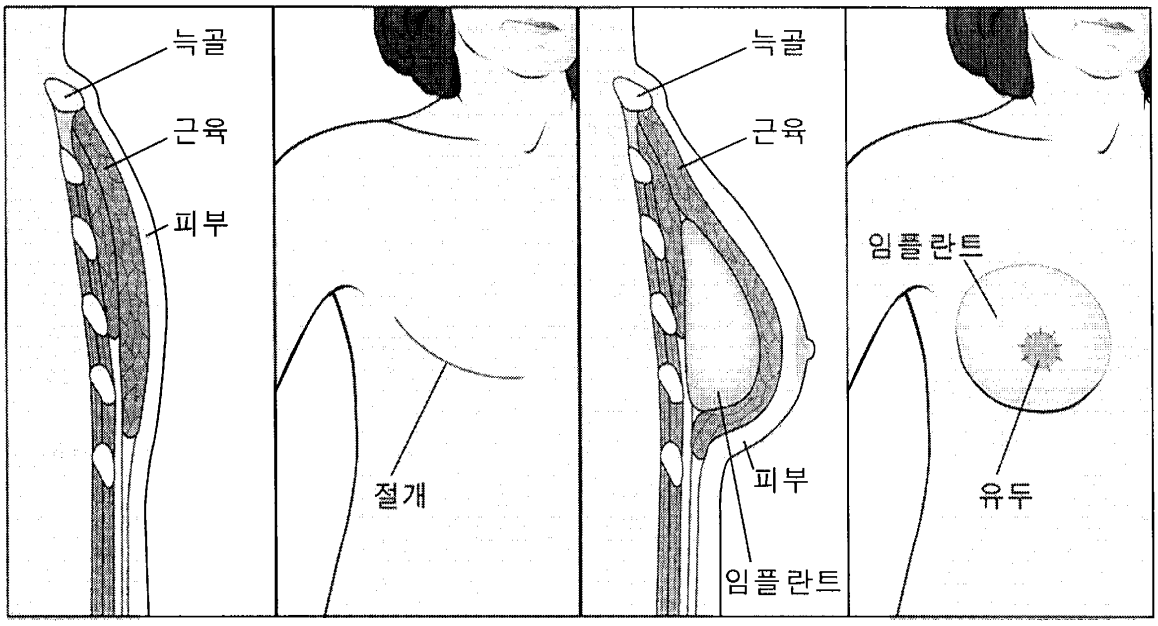
미 식품의약국(FDA)의 보고에 의하면 임플란트는 암을 야기시키지 않는다고 합니다. 또한 임플란트가 면역 시스템에 이상을 일으킨다는 과학적인 증거가 없습니다. 하지만 FDA는 최종 결정을 내리기 전에 좀 더 연구가 필요하다고 말합니다. 이러한 연구들이 현재 진행 중입니다.

또한 식염수를 채운 임플란트도 연구 중에 있지만 식염수는 별 문제가 없습니다. 플라스틱이나 심염수 임플란트에 큰 문제가 있었다면 소수의 여성들에게만 영향을 끼치는 것으로 보입니다. 때문에, 유방 절제 수술을 받은 여성들은 실리콘이나 식염수 둘 중 하나로 유방 재건 수술을 받을 수 있습니다.

부작용: 임플란트 주위로 흉터 조직이 생기는 것은 자연적인 현상입니다. 이런 흉터는 시간이 가면서 작아지면서 임플란트가 더 단단해집니다. 이렇게 되면 통증이 생기거나 유방이 일그러집니다. 흉터는 수술로 제거가 가능합니다. 또한 임플란트 커버가 안에서 터지는 것도 문제가 될 수 있습니다.

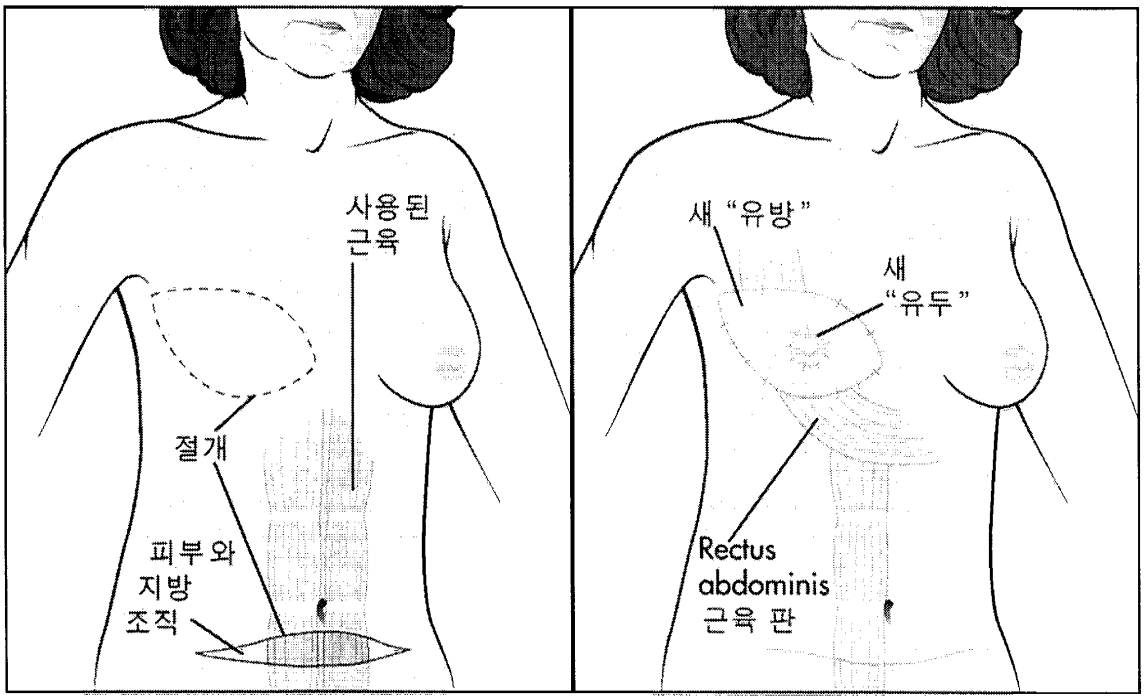
성형외과 전문의에게 물어보십시오

- 임플란트의 안전에 대한 최근 연구는 어떠한가?
- 당신은 유방 재건 수술을 몇 회나 시술했는가?
- 수술을 몇 번이나 받아야 하는가?
- 어떤 종류의 수술이 내게 가장 좋은가?
- 재건 수술을 받은 여성의 사진을 볼 수 있는가? 그 사람에게 개인적으로 연락해도 되는가?
- 회복하는데 얼마나 걸리는가?



유방 절제수술 후　　임플란트로 재건 수술 후

조직 판으로 재건 수술



혈관과 아직 연결된 상태의 근육, 피부, 지방세포 판을 떼어낸다.
새 "유방" 모양으로 성형된다.

알아둬야 할 사항

유방 재건 수술을 받은 대부분의 여성들은 그 결과에 만족합니다. 이 수술은 한 번의 시술로 끝나는 것이 아니라는 점을 알아둬야 합니다. 주요 수술이 끝난 후 추가 수술들이 요구됩니다:

- 유두 추가
- 모양을 맞추기 위하여 다른 쪽 유방도 수술을 해야 하는 경우고 있습니다.
- 재건한 유방의 모양을 더욱 세련되게 가꿔야 합니다.

이런 추가 수술들을 포함해도 같은 날에 퇴원을 할 수 있습니다.

몸의 다른 부분의 근육이나 지방을 떼어 근육 부위로 이식하여 유방 모양과 흡사하게 성형이 됩니다.
이러한 조직은 다음과 같은 부위에서 떼어냅니다:

- 아래 배 근처(rectus abdominis muscle flap)
- 등(latissimus dorsi muscle flap)
- 엉덩이(gluteus muscle flap).

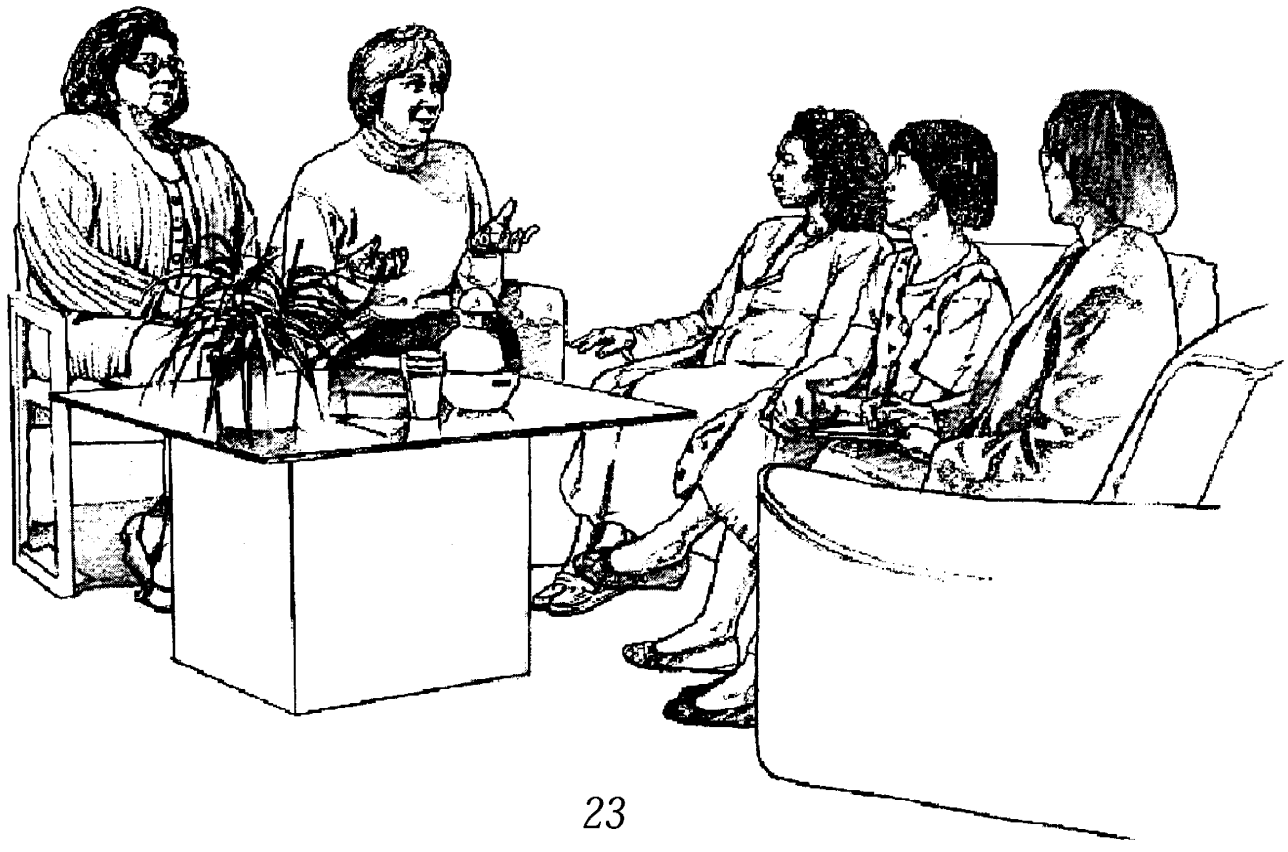
부작용: 흉터가 더 크게 남습니다. 회복하는데 시간이 더 오래 걸립니다. 새로 이식한 조직에 혈액 공급이 잘 되지 않으면, 새로 재건한 유방의 일부 또는 전체가 손실됩니다. 감염이나 흉터가 잘 아물지 않는 것도 문제가 될 수 있습니다. 이러한 수술에 경험이 있고 많은 환자들을 성공적으로 시술한 성형외과 의사를 선택하십시오.

6 정신적 치유

유방암 진단을 받았을 때 충격을 극복기란 쉽지 않습니다. 어떤 환자들은 공포, 분노, 거부, 허탈감, 자제력 상실, 혼동, 슬픔 등을 경험합니다. 반면에 어떤 환자들은 외롭거나 격리된 기분을 느끼거나 우울증에 빠집니다. 어떤 환자들은 자긍심을 잃고 인생의 우선순위에 혼동이 오고 성생활과 관련된 제들 심지어는 죽음까지도 생각합니다.

각 환자는 이러한 문제들과 더불어 암 치료에 따른 개인적 문제들을 스스로 해결해야 합니다. 많은 환자들은 자신들의 감정을 가족이나 친구와 얘기할 때 도움이 된다고 합니다. 도움을 청할 때 가족이나 친구들이 어려울 때 당신을 도와줄 수 있는 기회를 주는 것입니다.

의사나 그 밖의 의료 팀원들에게 당신의 감정을



"암에 한 번 걸리면 내일은 영원히 계속될 것이라는 환상이 없어질 것입니다. 그 대신, 당신은 하루 하루를 귀중하게 보게 되고 현명하고 풍요롭게 사용해야 할 선물이라고 생각하게 될 것입니다. 아무도 이러한 선물을 빼앗아 갈 수 없습니다."
미국 암연구소

가능한 솔직히 표현하십시오. 많은 환자들은 다른 유방암 환자들과 감정을 나누는 것만으로도 도움을 받습니다. 가족이나 친구가 당신의 말을 앉아서 그냥 들어만 줘도 도움을 받을 수 있습니다.

병원에는 치료 과정의 하나로 같은 카운셀러의 참석하에 유방암 환자들 동아리를 만들어 미팅에 참석하도록 합니다. 당신이 다니는 병원에도 이런 동아리가 있는지 물어보십시오. 또는 가족이나 개인 요법을 택할 수 있습니다. 암환자나 가족 또는 환자의 친구들에게 카운셀링을 제공하는 치료사들이 점점 많아지고 있습니다.

대체 요법

암환자들은 임상적 치료 이외에 그 밖의 치료 요법들을 탐구하기도 합니다. 이런 요법들은 과학적으로 그 효과가 대부분 증명이 되지 않았습니다. 이런 요법을 통하여 도움을 받는다고 느끼는 환자들도 있습니다.

그 예로는 침술, 한약, 바이오피드백, 심상 용법, 명상, 요가, 건강 보조식품, 비타민 등이 있습니다. 이러한 요법을 시도하기 전에 부작용과 효능에 대하여 의사와 상담해 보실 것을 권합니다. 또한, 이 요법들은 가격이 비싼 것들도 있으며 의료보험에서 커버를 안하는 것이 대부분입니다.

암을 갖고 살기

유방암에 관한 두려움을 평소 갖고 살게 될 것입니다. 없던 통증이 생기거나, 임상 테스트를 받거나, 암 진단을 받았던 날이 돌아오면 공연히 걱정이 될 것입니다. 암 생존자들은 모두 이러한 감정을 갖고 입니다. 하지만 정상적 활동에 완전히 돌아오게 되면 이러한 걱정들은 차차 없어질 것입니다.

7 그 밖의 정보

이 책자는 암 진단과 치료 옵션을 이해하는데 도움이 되는 시작입니다. 현재 진행 중인 유방암 치료와 연구활동의 최근 정보를 원하시면 톨프리 전화를 하십시오.

1-800-4-CANCER

여기에 전화하면 미국 암연구소가 운영하는 암정보 서비스와 연결됩니다. 영어와 스페인어로 암전문가가 도와드립니다:

- 외과 수술, 방사선 요법, 화학 요법, 식이, 그리고 통증 제어 등에 관한 무료 책자들을 보내드립니다.
- 이차 의견을 제공할 수 있는 의사와 암센터의 이름 및 주소.
- 뉴스 매체에서 보도하고 있는 유방암에 대한 최근 쟁점.
- 대부분의 암 종류에 대한 가장 최신 정보를 담은 컴퓨터 정보 센터인 Physician Data Query (PDQ)에 접속.
- 임상 실험 정보.

임상 실험

임상 실험에 참여하는 사람들은 최근 연구의 혜택도 받으면서 의학 발전에 기여를 합니다. 각 연구 암 예방, 진단, 또는 치료에 대한 과학적인 질문에 답하기 위한 것입니다. 연구 과정에서, 환자들의 일부를 제어군에 넣습니다. 제어군에 있는 환자들은 기존 치료를 받고 실험군에 있는 환자들은 새로운 치료를 받으면서 이 두 그룹의 결과를 비교 분석합니다. 실험 참여자들은 자신이 어떤 그룹에 속하는지 모릅니다. 임상 실험은 시간이 오래 걸립니다. 실험이 끝나기 전까지는 새 치료법이 얼마나 효능이 있는지 알 수 없을 것입니다. 알려져 있지 않은 부작용도 있을 수 있습니다. 임상 실험 참여에 관심이 있으시면, 결정에 필요한 충분한 정보를 보내드리겠습니다. 임상 실험 참여는 중간에 언제든지 취소할 수 있습니다.

알아둬야 할 용어

Anesthesia (마취): 수술 전에 그리고 수술 중에 마취제가 투여되며 환자는 통증을 느끼지 않는다. 의식이 있는 경우와 없는 경우가 있다.

Auxially node dissection (부 림프절 절개): 겨드랑이의 림프절을 제거.

Benign (양성): 암이 아닌 세포.

Biopsy (생검): 암 여부를 가려내기 위하여 조직을 일부 잘라내는 것.

Chemotherapy (화학 요법): 암 세포를 죽이거나 억제하기 위하여 약으로 치료하는 요법.

Clinical trial (임상 실험): 암 예방, 탐지, 치료에 대한 질문에 답하기 위하여 제어된 환경의 과학적인 연구.

Core biopsy (심부 유방 생검): 유방 멍울에서 작은 샘플 조직을 떼어내기 위하여 침을 사용하는 생검.

Estrogen or progesterone receptor test (에스트로겐 또는 프로게스테론 리셉터 테스트): 암이 몸 안의 에스트로겐과 프로게스테론 호르몬에 민감한가 알아보기 위한 실험.

Excisional biopsy (절제 생검): 멍울과 부위 조직을 전부 들어내는 외과적 수술.

Fine needle aspiration (세침흡인세포검사): 세침을 이용하여 딱딱한 멍울에서 낭종이나 세포 집단을 제거하는 생검.

Hormones (호르몬): 몸 안의 여러 분비선에서 분비되는 물질로서 신체 장기와 세포에의 기능에 영향을 준다.

Implant (임플란트): 실리콘이나 식염수로 채운 주머니로서 가슴 근육 밑으로 삽입되어 유방 모습을 복구한다.

Incisional biopsy (절개 생검): 암 세포가 자라는 세포나 종양만 들어내는 외과적 수술.

Intravenous (IV): 정맥 안에 찌르는 주사.

Invasive cancer (침윤성 암): 근처 다른 세포로, 겨드랑이 림프절로 또는 몸 안의 다른 부위로 퍼진 암.

In situ "cancer" (발생 부위 "암"): 유방의 유관이나 소엽에만 제한된 아주 초기 상태 또는 비침윤성 암.

Localization biopsy (국소 생검): 손으로 만질 수 없는 종양을 유방촬영술 또는 초음파를 이용하여 찾는 것.

Lumpectomy (종양 절제): 유방암과 암 주위의 정상 세포를 일부로 완전히 제거하는 수술.

Lymph nodes (림프절): 림프 시스템의 일부로서 세포 안의 폐기물을 제거하고 분비물을 여과하여 몸이 세균의 침입과 싸우도록 도와준다. 일반적으로 겨드랑이 안의 임파절을 제거하여 유방암의 기(期)를 결정한다.

Lymphedema (림프 부종): 수술이나 방사선 치료 과정에서 림프절이 제거되어 분비액이 쌓여져 팔이 부은 현상.

Malignant (악성): 암

Mammogram (유방촬영): 유방의 X-선 사진.

Mastectomy (유방절제): 유방을 외과 수술로 제거하는 것.

Metastasis (전이): 암이 몸 다른 부분에 퍼지는 현상.

Needle localization biopsy (침 국소 생검): 유방촬영술이나 초음파를 이용하여 손에는 집혀지지 않지만 유방촬영에는 나타나는 종양을 침으로 찌르는 것.

Prosthesis (보형물): 유방절제 수술 후에 복구한 인공 유방. 또는 유방 재건 수술 때 피부 안에 삽입하는 인공 유방을 말함.

Radiation (방사선): 방사된 전자파나 입자선. 다양한 형태의 방사선의 소량을 이용하여 암을 진단하고 유방을 치료할 때 많은 양의 방사선을 사용한다.

Recurrence (재발): 같은 부위에(local recurrence), 또는 원래 부위 근처에(regional recurrence), 또는 몸의 다른 부위에(distant recurrence) 암이 재발하는 현상.

Risk factors (위험인자): 암에 걸릴 확률을 높여주는 인자. 위험 인자 자체는 암에 유발하지 않는다. 단지 위험 증가와 연결된 표시자이다.

Silicone (실리콘): 인공 액체 젤로서 보형물의 바깥 코팅이며 유방 보형물 안에 실리콘을 집어 넣기도 한다.

Staging (期): 유방암을 그 규모와 전이도에 따라 분류.

Stereotactic needle biopsy (입체 침 생검): 입체적인 유방촬영술을 이용하여 목표 부위를 정밀하게 찍어내는 기술. 종양이 손으로 집히지 않을 때 침 생검을 적용한다.

Tamoxifen (타모시펜): 유방암을 치료하는 호르몬 차단제.

Tumor (종양): 비정상적인 세포 성장. 양성 종양(암이 아닌)과 악성 종양(암)이 있다.

Two-step procedure (두 단계 절차): 생검과 치료를 두 단계를 나누어 수행. 일반적으로 일 주 또는 그 이상의 간격을 준다.

Ultrasound-guided biopsy (초음파 이용 생검): 초음파의 도움을 받아 세침흡인 또는 심부 유방 생검.

X-rays (X-선): 고에너지 방사선으로 암을 탐지 또는 치료한다.

도움을 주는 곳

병원이나 암단체 또는 암센터에 연락하면 일반적으로 환자 교육 자료를 쉽게 얻을 수 있습니다.

의사나 아래 열거한 단체에 연락하면 지역 단체와 동아리들을 찾을 수 있습니다. 또한 거주 지역에 간병인이나 동아리, 가발, 보형물 파는 곳 등을 소개하는 리소스 가이드가 있는가 물어보십시오.

근처 도서관이나 서점에 가도 여성 생존자 또는 전문의들이 쓴 유방암에 관한 책들과 자료를 많이 구할 수 있습니다. 유방암 협회에 연락해도 최근에 나온 책이나 자료들을 추천해 줄 것입니다.

유방암 단체 및 서비스

이 주단위 또는 전국 규모의 단체에 연락하면 유방암과 관련된 정보, 자료, 서비스 등을 받을 수 있습니다. 이들은 또한 당신의 거주 지역에 있는 다른 암 협회들이 동아리들을 소개해 줄 것입니다.

American Cancer Society, Information Line, **1-800-ACS-2345**. 전화번호부의 화이트 페이지를 보면 지구 협회 주소가 나와있습니다. 경험있는 자원 봉사자들이 치료 전에, 치료 중에 또는 치료 후에 무료 정보와 정신적 지원을 해드립니다. 제공하는 프로그램으로는 Reach to Recovery, Partners, Early Support, 그리고 Look Good Feel Better 등이 있습니다. 치료, 유방 재건, 성생활, 그리고 고용차별 등 여러 주제를 다룬 브로셔를 무료를 보내드립니다.

Breast Cancer Consultation Service, 450 Stanyan St., San Francisco, CA 94117, **(415) 750-5848**, Fax (415) 750-8123. 자가 소개 서비스로서 이차 의견과 비침윤성 유방암을 전문으로 다룹니다. 수수료는 탐색의 정도에 따라 다릅니다. 수수료는 보험에서 커버됩니다. 저소득층에게는 저렴한 수수료 적용.

California Breast Cancer Organizations (CABCO), 555 W. Beech St. #452, San Diego, CA 92101, **(619) 239-9283**. 캘리포니아 전역에 있는 유방암 환자 옹호 그룹. 회원들은 유방암과 관련된 법안을 지원하고, 유방암의 인식을 도모하고, 지원과 교육을 제공합니다. 지역 조직에 연락하십시오.

Mary-Helen Mautner Project for Lesbians with Cancer, 1707 L St., NW, Ste. 1060, Washington, DC 20036, **(202) 332-5536**, Fax (202) 265-6854.

National Alliance of Breast Cancer Organizations (NABCO), 9 E. 37th St., 10th Floor, New York, NY 10016, **(212) 889-0606**, Fax (212) 689-1213. 전국 규모의 유방암 조직 연합. 유방암에 관한 교육 자료, 기사, 뉴스레터를 제공.

National Breast Cancer Coalition, 1707 L Street NW, Suite 1060, Washington, DC 20036, **(202) 296-7477**. 연구비 인상과 의료 혜택 및 교육을 위한 전국 규모의 로비 연합.

National Cancer Institute's Cancer Information Hotline, 1-800-4-CANCER. 영어와 스페인어로 암 치료와 임상 실험, 식이, 말기 암에 대한 가장 최근 정보와 서비스를 무료로 제공.

National Coalition for Cancer Survivorship, 1010 Wayne Avenue, 5th Floor, Silver Spring, MD 20910, **(301) 650-8868**. 동료 환자 지원과 정보로 암 생존의 인식을 촉진합니다.

National Women's Health Network, 514 10th St. NW, Suite 400, Washington, DC 20005, **(202) 347-1140**. 여성의 건강 주제에 대하여 뉴스레터와 논문 제공.

Susan G. Komen Breast Cancer Foundation, Komen Help Line, 1-800-462-9273. 유방암의 연구, 교육, 검사 그리고 치료 개발에 주력.

Women's Information Network (WIN) Against Breast Cancer, 5150 Bayard St., San Diego, CA 92109, **(619) 488-6300**. 유방암 치료 및 지원에 대한 교육 정보와 자료를 의사들과 생존자들에게 제공.

YWCA of the USA/Encore Plus, 624 9th Street NW, 3rd floor, Washington, D.C., 20001, **(202) 628-3636**. 본부에 연락하면 근처에 그룹이 어디 있는가 알려줍니다. 유방암이 있는 여성들을 위한 지원과 재활 운동을 제공함.

Y-ME National Breast Cancer Hotline, 1-800-221-2141. 암 생존자 자원 봉사자들이 치료 정보에서부터 정신적 회복에 이르기까지 개인 경험을 나눕니다. 지역 사무실은 가발이나 보형물 정보를 제공. 지역 협회를 알려달라고 하십시오.

대체 치료 정보

National Cancer Institute's Office of Alternative Medicine, 6120 Executive Blvd., Suite 450, Bethesda, MD 20892, **(301) 402-2466**.

National Council Against Health Fraud, Consumer Health Information Research Institute, 3521 Broadway, Kansas City, MO 64111, **1-800-821-6671**.

유방 재건 수술

Breast Implant Hotline of the Food and Drug Administration, **1-800-532-4400**.

American Society of Plastic and Reconstructive Surgeons, 444 E. Algonquin Rd., Arlington Heights, IL 60005, **1-800-635-0635**. 당신이 거주하는 지역에서 5명의 성형외과 의사의 연락처를 우편으로 보내드립니다.

California Society of Plastic and Reconstructive Surgeons: 소비자 정보와 소개 서비스. **1-800-722-2777**.

림프부종

National Lymphedema Network, 2211 Post St., Ste. 404, San Francisco, CA 94115, **1-800-541-3259**. 림프부종 예방 및 치료에 대한 종합적 정보를 제공.

주

Arnold Schwarzenegger
Governor of California

The California Department of Health Services, Cancer Detection Section would like to thank the Susan G. Komen foundation, Inc., Los Angeles County Affiliate for funding the original translation of this booklet.

Physicians may order additional copies of this booklet in English or Spanish by writing to:

Breast Cancer Treatment Options
Medical Board of California
2005 Evergreen Street, Suite 1200
Sacramento, CA 95815

Fax requests to (916) 263-2479.

Please specify number of copies, and provide your return address. Number of copies per order may be limited.

A master translated copy for in-office duplication may also be ordered from the Medical Board of California in the following languages: Chinese, Russian, Thai

.

Translated January 2000